Hisamitsu®

気になる手の汗　チェックシート

監修　室田 浩之 先生 長崎大学大学院医歯薬学総合研究科 皮膚病態学 教授

手の汗のかき方や量が気になる方は、こちらのチェックシートに記入して、医師に相談してみましょう。

ててっこ

むすぶ先生

Webサイトでもチェックできます。
https://www.hisamitsu.co.jp/tenoase/checksheet
※携帯電話・スマートフォンは、院内等のルールに従ってご使用ください。

- 手汗について思い当たる原因がない（病気、服用しているお薬など）　□ はい　□ いいえ
- 手汗が6カ月以上続いている　□ はい　□ いいえ

1 最初に手の多汗症状が出たのが25歳以下　□ はい　□ いいえ

2 左右の手のひらに汗をかく　□ はい　□ いいえ

3 睡眠中は発汗が止まっている　□ はい　□ いいえ

4 1週間に1回以上、手の多汗症状がみられる　□ はい　□ いいえ

5 家族に同じ症状の方がいる　□ はい　□ いいえ　□ わからない

6 手汗のために日常生活に支障をきたしている　□ はい　□ いいえ

●の2項目に該当し、さらに1～6の質問のうち2項目以上当てはまる場合は「原発性手掌多汗症（げんぱつせいしゅしょうたかんしょう）」かもしれません。

藤本 智子ほか: 日皮会誌 2023; 133(2): 157-88.より改変 ©日本皮膚科学会

詳しくは裏面へ

原発性手掌多汗症について

日常的にかく汗は体温調節をはじめとし、私たちの身体にとって重要な役割を担っています。

しかし、気温や運動時などに関係なく、両手のひらにたくさん汗が出て日常生活に支障をきたす「原発性※手掌多汗症」があります。

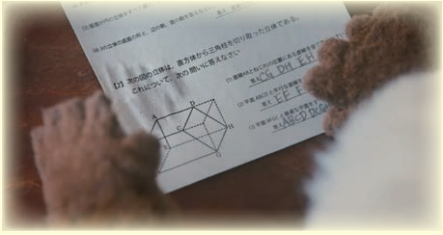
※原因となる疾患がない場合

原発性手掌多汗症の患者さんは国内で約493.1万人いると推計され[1)]、決して珍しくはありません。

多くは10代頃（平均発症年齢13.8歳）[1)]に症状が現れはじめ、学校生活にも支障をきたしていることがあります。また、治療法があることの認知が広がっていないために、成人になっても手汗のために困っている方が大勢いると考えられます。

1) Fujimoto T, et al.: J Dermatol 2013; 40(11): 886-90.

両手のひらの汗が気になる



手汗で紙が濡れてしまう

気になる方は早めに
医師に相談してみてください。

手汗のお悩み
解決情報サイト
みんなの手の汗サイト

手の汗 久光

https://www.hisamitsu.co.jp/tenoase/

※携帯電話・スマートフォンは、院内等のルールに従ってご使用ください。

詳しくはこちらのサイトへ
（ててっこ・むすぶ先生の動画も見られます）。

作成:久光製薬株式会社
2025年1月作成